

Утверждаю

директор
ГБОУ ООШ пос. Верхняя Подстепновка
_____/Малкин Владимир Юрьевич/

МЕНЮ

29 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	190	8,6	10	29,6	243
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	12,8	104
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5	15,4	116
Итого		14,8	19,1	57,8	463
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого		0,5	0,1	9,9	43
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА	50	0,5	2,6	2,1	34
СУП ПО ПОЛЬСКИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5	6,7	18	155
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	2,3	4,7	13,9	108
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	70	9	9,4	5,8	144
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	10,3	42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,3	0,2	15,6	74
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		22,5	24,1	86,9	659
Полдник					
МОЛОКО	200	5,9	6,5	9,6	122
ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	6,5	5,5	14,7	136
Итого		12,4	12	24,3	258
Ужин					
ЯБЛОКО	140	0,6	0,6	13,7	66
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130	21,9	17,2	28	358
ОТВАР ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,2	46
Итого		22,7	17,9	51,9	470
Всего		72,9	73,2	230,8	1893

Цена: 168 рублей